

Náttúruleg  
Innihaldsefni

Því dýrin þín eiga það skilið



Dýrabær

Smáralind | Kringlan | Krossmói | Akranes | Spöng | Dyrabaer.is



Bifreiðaverkstæði  
Grafarvogs

Allar almennar  
bílaviðgerðir

Gylfafiöt 24 - 30 • 112 Reykjavík

Sími 577 4477

www.bilavidgerdir.is

Þjónustuaðili



SSANGYONG



CHEVROLET

# Árbæjarblaðið

11. tbl. 21. árg. 2023 nóvember

Fréttablað íbúa í Árbæjarhverfi



Vinkonurnar úr Ártúnsholtinu gengu í hús að biðja um grikk eða gott á Hrekkjavökunni.

ÁB-mynd Katrín J. Björgvinsdóttir

## Grikkinn eða gottið?

Krakkar og unglingar í Árbæjarhverfi voru mikið á ferðinni í hverfinu þegar hrekkjavakan gekk í gærð síðasta dag októbermánaðar.

Ungdómurinn trítlaði á milli húsa og hótaði íbúum kurteislega fengi hann ekki gott af launum.

Allir létu íbúarnir gott af hendi rakna og enginn grikkur var

framkvæmdur þetta kvöldið svo okkur sé kunnugt um.

Mörg húsanna voru vel skreytt og er greinilegt að hrekkjavakan er í mikilli sókn hér á landi og eykst umfangið ár frá ári.

Katrín J. Björgvinsdóttir ljósmyndari trítlaði með krökkunum um hverfið og fleiri myndir eru á bls. 10 og 11.

## EIGNIR ÓSKAST Á ÞÍNU SVÆÐI!

Er með mikið af kaupendum á skrá á sérbylum í Árbæ, Selási og Norðlingaholti. Mikil eftirspurn er af eignum í hverfinu þínu.

FÁÐU FRÍTT VERÐMAT  
Hafðu samband!

Hrafnhildur Björk  
Baldursdóttir

Löggiltur fasteignasali

862 1110

hrafnhildur@valholl.is

VALHÖLL  
FASTEIGNASALA



HAFIÐ  
FISKVERSLUN  
- Gæðin skipta máli -

Tilbúinn fiskur og  
fiskréttir beint í ofninn

Spönginni 13, 112 Reykjavík

# Árbæjarblaðið

Útgefandi: Skrautas ehf. Netfang: [abl@skrautas.is](mailto:abl@skrautas.is)  
 Ritstjóri og ábm.: Stefán Kristjánsson.  
 Ritstjórn: Leiðhamrar 39 - símar 698-2844 og 699-1322.  
 Netfang Árbæjarblaðsins: [abl@skrautas.is](mailto:abl@skrautas.is)  
 Útlit og hönnun: Skrautas ehf.  
 Auglýsingar: 698-2844 og 699-1322 - Stefán Kristjánsson - [abl@skrautas.is](mailto:abl@skrautas.is)  
 Prentun: Landsprent ehf.  
 Ljósmyndarar: Katrín J. Björgvinsdóttir.  
 Dreifing: Póstdreifing.

Árbæjarblaðinu er dreift ókeypis í öll íbúðarhús í Árbæ, Ártúnsholti, Grafarholti, Norðlingaholti og Úlfarsárdal.

## Guð blessi Grindavík

Síðustu dagar og vikur hafa verið erfiðir fyrir margt fólk á Suðurnesjum og þá auðvitað sérstaklega íbúa Grindavíkur.

Miklar náttúruhamfarir hafa riðið yfir og eftir sitja um 4 þúsund íbúar Grindavíkur með sárt ennið og sjá á eftir eignum sínum sem margar eru illa farnar eftir linnulausa jarðskjálfta.

Það er þyngra en tárur tekur að fylgjast með framvindu mála. Fjölmíðlar eru uppfyllir af sorglegum fréttum af hamfarasvæðinu og okkur birtast myndir þar sem jörðin hefur rifnað í sundur inn í bænum. Ljóst er að skemmdirnar eru gríðarlegar og hafa þær þó ekki enn verið fullkannaðar.

Grindavík er eins og draugaborg. Bærinn var rýmdur fyrir viku síðan en íbúar hafa nú síðustu daga fengið að skjóttast heim og bjarga einhverjum hluta af mikilvægustu eignum sínum.

Enn er ekki ljóst hvort þessi gríðarlega umbrotahrina endar með eldgos og vísindamenn okkar eiga erfitt með að spá fyrir um óorðna hluti.

Biðin og óvissan eru gríðarlega erfið og varla hægt að setja sig í spor fólksins sem hefur mátt þola svo mikið undanfarnar vikur. Mikill samtakamáttur hefur gert vart við sig og allir Íslendingar eru reiðubúnir til að leggja fram hjálp og aðstoð af ýmsum toga. Það er gríðarleg vinna framundan.

Búið er að tryggja að enginn lést eða slasðist í hörmungunum í Grindavík. Það skiptir auðvitað mestu máli. Það er hins vegar ekki búið að tryggja afkomu fólksins og fjölmörg félagsleg vandamál sem blasa við. Það verður mikið mál að leysa skólamálin en í Grindavík búa milli sjö og átta hundruð börn.

Enn og aftur kemur í ljós að vísindamenn okkar og allt það góða fólk sem vinnur við almannavarnir og löggæslumál er í fremstu röð. Guði sé þakkað fyrir það. Það virðist vera nánast sama hvað kemur upp á, alltaf er búið að gera ráð fyrir lausnum og öll mál sem upp koma eru afgreidd af yfirvegum og öryggi.

En náttúruöflin geta verið erfið viðureignar. Ef eldgos brýst út við Grindavík verður varla við neitt ráðið. Vonandi mun ekki koma til þess að eldgos verði niðurstaðan.

Við vonum að gæfan verði Grindvíkingum hliðholl á erfiðum tímum og biðjum æðri máttarvöld um að vera með þeim í liði.

Stefán Kristjánsson

[abl@skrautas.is](mailto:abl@skrautas.is)

# Grindvísk börn velkomin í Fylki

- eftir Björn Gíslason formann Fylkis og borgarfulltrúa

## Sjálfstæðisflokksins

Fylkir sýnir samkennd, samhug og samstöðu með Grindvíkingum

Á þessum erfiðu óvissutímum fyrir íbúa Grindavíkur sést hversu mikilvægur þáttur samtakamáttur, samhugur og samstaða samfélaga er í almannavörnum. Ekki er annað hægt en að fyllist stolti þegar maður verður vitni að því hvernig samfélagið hérlandis bregst við þeirri erfiðu vá sem nú steðjar að Grindvíkingum.

Nægir að opna Facebook til að sjá að þeir sem eru í færum til þess, bjóða óhikað fram aðstoð til íbúa Grindavíkur. Sú staðreynd gerir okkar smáþjóð einstaka á heimsvísu, en við þurfum öll að standa sterk saman í þeirri viðleitni að styðja við íbúa svæðisins.

Bjóðum grindvískum börnum að æfa með Íþróttafélaginu Fylki

Við Árbæingar látum ekki okkar eftir liggja í þessum aðstæðum og bjóðum grindvískum börnum og ungmennum að æfa með Íþróttafélaginu Fylki. Með þessu viljum við sýna samkennd og



Björn Gíslason er formaður Fylkis og borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins.

samstöðu og bjóða yngri kynslóðinni í Grindavík að æfa með félaginu án

endurgjalds.

Við í Fylki viljum biðla til Árbæinga, sérstaklega til þeirra sem til þekkja í Grindavík, að koma á áramar með okkur í þeirri viðleitni að koma þeim skilaboðunum áleiðis. Hægt er að æfa allt að sjö íþróttagreinir hjá félaginu: Fótbolta, Korfubolta, Handbolta, Fimleika, Karate, Blak og Rafíþróttir

Fylkir er ekki bara íþróttafélag, heldur samfélag sem reynir að vera fyrirmynd í samkennd, samhug og stuðningi við annað fólk í erfiðum aðstæðum. Ég, sem formaður Fylkis, vil hvetja önnur íþróttafélög á höfuðborgarsvæðinu að gera slíkt hið sama. Í erfiðleikum sjáum við hvernig samstaða getur breitt úr sér og borið ávöxt í félagslegu samhengi.

Að lokum viljum við í Fylki senda öllum Grindvíkingum baráttukveðjur!

Björn Gíslason, formaður Fylkis og borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokks

VISSIR ÞÚ?

# AÐ KEILAN Á UPPRUNA SINN 3200 FYRIR KRIST.

ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á  
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

*Keiluhöllin*  
EGILSHÖLL

**GB**  
TJÓNAVIÐGERÐIR

**Um okkar FYRIRTÆKI**

GB tjónavíðgerðir er réttinga- og málningarverkstæði með 5 stjörnu gæðavottun frá Bílgreinasambandinu. Við erum í samstarfi við öll tryggingafélög.

**Við þjónustum allar gerðir bíla**

- Tjónaskoðun**  
Við skoðum bílinn og undirbúum tjónamatíð sem sent er til tryggingarfélaga.
- Rétting og málun**  
Við vinnum eftir stöðlum framleiðanda og notum aðeins viðurkennd efni og tækjabúnað sem stenst ítrústu kröfur.

Getum gert fast verðtilboð í viðgerðir

Erum með bílaleigubíla á staðnum

Vinum með öllum bílaumboðum

BGS

Framúrskarandi fyrirtæki

2020 2021 Fyrirmyndaryrirtæki

SÍOVÁ

TM

VÍS

Vörður

Hafðu samband núna

Draghóls 6-8

567-0690

[tjon@tjon.is](mailto:tjon@tjon.is)

[www.tjon.is](http://www.tjon.is)

# FULLT HÚS AF GLEÐI

KEILA KARAOKE PÍLA PIZZA SPORTBAR SHAKE AFMÆLI HÓPEFLI

BINGÓ

16. NÓVEMBER KL. 21

PARTÝBINGÓ  
MEÐ EVU &  
HJALMARI



GIGG

17. NÓVEMBER KL. 22

ĠUNNI  
OLA



BÓKAKYNNING

18. NÓVEMBER KL. 12

ÞORVALDUR  
DAVIÐ KYNNIR  
BOKINA SINA  
HÆ HÆ MEÐ  
HELGA OG  
HJALMARI

PÖBB QUIZ

23. NÓVEMBER KL. 21

GIGG

24. NÓVEMBER KL. 22

ĤREIMUR  
ORN

PÖBB QUIZ

30. NÓVEMBER KL. 21

DR. FOOTBALL

DJAMM

KL. 22

DJ.AMM

ÞÚ GETUR BÓKAÐ Á KEILUHOLLIN.IS  
OG Í SÍMA 5 11 53 00

*Keiluhöllin*  
EGILSHÖLL

# Bætum umferð í Árbæ með snjalltækni

- eftir Kjartan Magnússon

borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokks

Það er frumskylda hverrar borgarstjórnar að sjá til þess að íbúar komist leiðar sinnar með skjótum og öruggum hætti. Góðar samgöngur skipta íbúa í Árbæ, Selási, Ártúnsholti og Norðlingaholti miklu máli enda sækja margir þeirra atvinnu og þjónustu út fyrir sitt heimahverfi.

## Umferðartafir kosta tugir milljarða

Of miklum tíma er sóað með umferðartöfum í Reykjavík og ljóst að sá kostnaður nemur tugum milljarða króna á ársgrundvelli. Er talið að 15 þúsund klukkustundum sé sóað í umferðinni á höfuðborgarsvæðinu á hverjum degi. Samsvarar það 25 klukkustundum árlega á hvern borgarbúa. Flest viljum við verja sem mestu af dýrmætum tíma okkar með fjölskyldu og vinum en sóa honum ekki í umferðartappum.

Snjallvæðing umferðarljósa og bestun umferðarljósa með hjálp gervigreindar hefur nú þegar sannað sig víða erlendis í því skyni að stytta tafatíma og auka öryggi í umferðinni. Fjárfesting í sambærilegri snjallvæðingu í Reykjavík yrði ekki mikil en væri afar fljót að skila sér margfallega með greiðari umferð, færkun slysa og minni mengun.

Varlega áætlað gæti slík snjallstýring umferðarljósa bætt umferðarlæði í Reykjavík um 15% og minnkað tafir strætisvagna um 20%.

## Miklir kostir snjallstýringar

Kostir slíkrar snjallvæðingar eru ótvíðræðir. Í Reykjavík er hins vegar enn notast við svonefnt klukkukerfi, gamla tækni sem ekki er hægt að segja að byggist á snjalltækni nema að mjög takmörkuðu leyti.

Í sumar bauð Reykjavíkurborg út umferðarljósaakerfi fyrir Höfðabakka, sem Árbæingar þekkja vel. Um er að ræða sjö gatnamót, þar sem hefði verið kjörrið að setja upp snjallstýrt kerfi. Því miður kaus borgin að halda sig við gamla klukkufyrirkomulagið.

Slíkt sleifarlag í umferðarstýringu leiðir til þess að umferðartafir eru miklu meiri en þær þyrftu að vera og umferðaröryggi jafnframt minna.

## Tillaga Sjálfstæðisflokksins

Í september sl. lagði ég fram eftirfarandi tillögu um málið á vettvangi borgarstjórnar fyrir hönd borgarfulltrúa Sjálfstæðisflokksins:

• Lagt er til að gerðar verði úrbætur á stýringu umferðarljósa í Reykjavík í

því skyni að auka umferðaröryggi, bæta umferðarlæði og draga úr mengun í borginni.

• Leitast verði við að nýta kosti tiltækra tölvutækni betur en nú er gert til að ná þessum markmiðum. Það verði m.a. gert með aukinni notkun snjalltækni, sem stýrir viðkomandi umferðarljósum í þágu umferðaröryggis og -læðis gangandi, hjólandi og akandi vegfarenda.

• Gervigreind verði notuð til að besta stýringuna út frá gögnum, sem aflað verði með skynjurum á umferðarljósum.

• Í þessari vinnu verði hafður til hliðsjónar árangur þeirra borga á Norðurlöndunum og fleiri nágrannaríkjum, sem hafa náð góðum árangri við að auka umferðaröryggi, bæta umferðarlæði og draga úr mengun með slíkri snjalltækni.

Tillagan er nú til skoðunar í borgarkerfinu og verður vonandi til þess að ráðist verði af heilum hug í snjallvæðingu allra umferðarljósa.

Með slíkri snjallvæðingu væri hægt að lágmarka umferðartafir í borginni og



Kjartan Magnússon.

auka umferðaröryggi. Skynjarar myndu t.d. tryggja að akandi eða hjólandi vegfarendur þyrftu sjaldnast að bíða á rauðu ljósi ef engin umferð væri á hliðargötunni. Einnig væri hægt að sjá til þess að gangandi og hjólandi vegfarendur fengju forgang og kæmst alltaf örugglega yfir gangbrautina en ættu það ekki undir ósveigjanlegri sekúnduklukku. Þá væri hægt að tryggja strætisvögnum víðtækan forgang með slíkri tækni.



Viðhaldsþörf fjölbýlishúsa og undirbúningur viðhaldsverkefna var til umfjöllunar á vel heppnuðum haustfundi Eignaumsjónar með stjórnnum húsfélaga sem eru í þjónustu hjá Eignaumsjón. Um 90 gestir mættu á fundinn og um 40 þátttakendur fylgdust með rafrænt á Teams.

Ljósmynd: Eignaumsjón

# Stuðlum að stöðugu og góðu viðhaldi eldra húsnæðis

- eftir Daníel Árnason framkvæmdastjóra Eignaumsjónar

Öll hús eiga skilið að fá gott viðhald, við eigum að virða eignina okkar og þau verðmæti sem felast í vel útlitandi og góðri fasteign. Gamalt hús á að geta þjónað eiganda sínum jafnvel og nýtt hús, ef rétt er að málum staðið.

Fyrir nokkrum árum stýrði ég húsfundi þar sem hússtjórn fjölbýlishúss lagði fram tillögu um hófstilttar en nauðsynlegar endurbætur sem fólu í sér endurnýjun glugga og viðgerðir á ytra byrði hússins ásamt málun. Tillagan þótti ganga of langt og var felld af meirihluta eigenda, líklega vegna fjárhagsstöðu einstakra eigenda. Sami fundur ákvað að mála einungis húsið þrátt fyrir augljósar skemmdir. Eftir fundinn kom einn eigandi, sem reyndar hafði lagst gegn endurbótatillögunni, til mín og sagðist ekki geta opnað badgluggann! Hann spurði hvað væri til ráða og svar mitt var einfalt. Eigendur verða að horfast í augu við stadreyndir, rekstur fasteignar felst ekki einungis í hita, raforku og ræstingum heldur líka viðhaldi eignarinnar.

## Hvers virði er reglubundið viðhald?

Reglubundið viðhald skilar bæði verðmætari eign og auðseljanlegri, kostnaðargreiðslur eru fyrirséðar og á sama tíma er eignin í betra ástandi og öruggari.

Samkvæmt rannsóknnum kostar gott viðhald fasteignar um 1% af byggingarkostnaði húss á ári, sem jafngildir því að það kostar árlega að jafnaði 500 þúsund krónur að viðhalda meðalstórri fasteign, eða um 40 þúsund á mánuði. Þá er einungis lítið til sameignar, þ.e. ytrabyrðis; þaks, veggja, glugga og útidryra, ásamt lögnum og sameiginlegur lóðar.

Við hjá Eignaumsjón erum að

þjónusta um 800 hús- og rekstrarfélög með um 19.000 íbúðum/fasteignum og greining okkar leiðir í ljós að eigendur eru almennt ekki að leggja fyrir í langtíma viðhaldsþörf fasteigna sinna. Tölur sýna okkur að ekkert húsfélag er að safna í viðhaldsþörf sem nemur



Daníel Árnason, framkvæmdastjóri Eignaumsjónar.

Ljósmynd: Þór Gíslason.

þessu 1% af byggingarkostnaði húss á ári. Algengt tilligg flestra er nær því að vera um 0,1-0,2%, eða á bilinu 5-10.000 krónur á mánuði. Algengast er að eigendur greiði viðhaldskostnað með skömnum fyrirvara, í aðdraganda framkvæmda og meðan á þeim stendur. Þær fjárhæðir geta numið allt að 5% af virði íbúðar þegar kemur að uppsafnaðri viðhaldsþörf.

## Hverju þarf að breyta?

Mikil og þörf umræða er þessi misserin um húsnæðisþörf og málefni nýbygginga í landinu. Stjórnvöld eru krafín um úrræði og stefnu í þessum efnun en minna fer fyrir umræðu um viðhald húsa sem komin eru á viðhaldstíma. Það tjóir lítið að byggja nýtt ef eldra húsnæði ónýttist fyrir aldur

fram.

Í kjölfar bankahrunsins var endurgreiðsla virðisaukaskatts hækkuð í 100% af vinnulið, ásamt tímabundinni lækkun skattstofns sem nam 50% af viðhaldskostnaði undir slagorðinu „Allir vinna“. Víst er að aðgerðir miðuðu einnig að því að örva vinnumarkaðinn á þeim tíma. Endurgreiðslan var síðar lækkuð í 60% en hækkuð aftur í 100% í Covid faraldrinum. Í júlí í sumar var á ný greidd verulega úr þessum stuðningi, þegar virðisaukaskattsendurgreiðsla af vinnu var lækkuð í 35%. Þarna fer lítið fyrir hvatningu stjórnvalda varðandi viðhald eldra húsnæðis.

Við hjá Eignaumsjón höfum lengi talað fyrir reglubundnu, fyrirbyggjandi viðhaldi fasteigna. Það er okkar sýn að húsfélög ættu að setja sér viðhaldsáætlan til nokkurra ára, byggða á ástandsmati viðkomandi fasteigna og tillögum um forgangsröðun verkefna eftir mikilvægi þeirra. Samhliða þarf að tryggja fjármögnun viðhaldsframkvæmda með skipulagðri söfnun í framkvæmdasjóð með tryggni og góðri ávöxtun með hagsmuni allra eigenda í fyrirrúmi.

## Aukinn stuðningur stjórnvalda

Samhliða bættum lífsskilyrðum þjóðarinnar undanfarna áratugi er gott og öruggt íbúðarhúsnæði, gamalt eða nýtt, orðið lágmarkskrafa í samfélaginu. Ákall mitt til stjórnvalda og löggjafa er að horfa ekki einungis til nýbygginga þegar kemur að umræðu um húsnæðismál, heldur einnig að stuðla með ákveðnari hætti að góðu viðhaldi eldra húsnæðis með lagabótum og stjórnvaldsaðgerðum.

Daníel Árnason framkvæmdastjóri Eignaumsjónar

VISSIR ÞÚ?

**AÐ KEILA ER  
LEIKIN AF  
120.000.000  
MANNS Í YFIR  
90 LÖNDUM.**

**KÍKTU Í KEILU, PÍLU, KAREOKE,  
PIZZU, DRYKK, BOLTA OG FJÖR.**

ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á  
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

Keiluhöllin  
EIGILSHÖLL

**bfo.is**

Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf

bfo@bfo.is



ISUZU



SUBARU



HONDA



OPEL

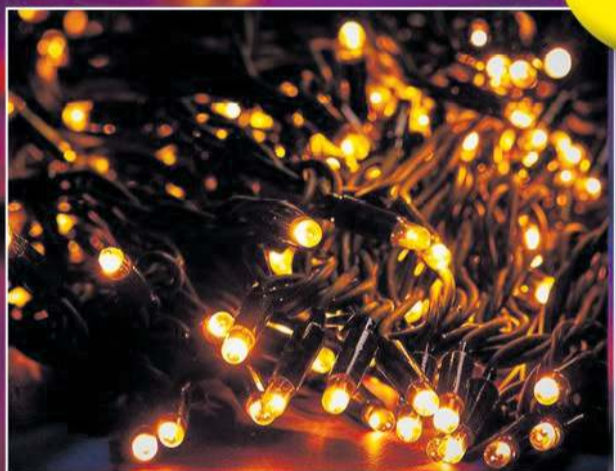


SMÍÐJUVEGI 22 (GRÆN GATA) · 200 KÓPAVOGI · SÍMI: 567 7360

# Gleðilegar jólaseríur úti & inni



**30%**  
**AFSLÁTTUR**  
**AF JÓLASERÍUM**



## Verðdæmi:

- LED jólasería - 100 ljós - IP44 ..... kr. **1.397** verð áður: 1.995
- LED samtengjanleg jólasería - 80 ljós - IP65 ..... kr. **2.377** verð áður: 3.395
- LED ljósslanga - 10 m - IP65 ..... kr. **3.497** verð áður: 4.995

Mikið úrval af  
rakavörðum  
fjöltengjum IP44

Verð frá  
kr. **1.995**



Framlengingarsnúra 10 metrar

**3.295**



Kapalkefli 10 metrar

**4.395**



Kapalkefli 15 metrar

**5.895**

25 metrar  
kr. 8.495  
50 metrar  
kr. 14.985



Kapalkefli, rakavarið  
IP44 25 metrar

**11.795**



SENDUM UM  
LAND ALLT!  
www.murbudin.is

**MÚRBÚÐIN**  
Gott verð fyrir alla, alltaf!

Aðalfundur Knattspyrnudeildar Fylkis:

# Ný stjórn og þrjár heiðraðir

Aðalfundur knattspyrnudeildar Fylkis fór fram mánudagskvöldið 30. október þar sem ný stjórn deildarinnar var kjörin.

Í nýju stjórninni sitja þau Ragnar Páll Bjarnason formaður, Haraldur Úlfarsson, Hjördís Jóhannesdóttir, Stefanía Guðjónsdóttir og Valur Ragnarsson.

Þessu til viðbótar voru eftirtaldir kynntir sem formenn ráða knattspyrnudeildar: Elvar Örn Þórisson, formaður Barna og unglingaráðs, Júlíus Örn Ásbjörnsson formaður meistaraflokksráðs kvenna og Björn Viðar Ásbjörnsson formaður meistaraflokksráðs karla.

Á fundinum hélt svo Sigurður Þór Reynisson erindi um afreksþjálfun knattspyrnudeildar og stöðu hennar í

dag. Nú eru liðin tvö ár frá því afreksþjálfunin hófst í þeirri mynd sem hún er í dag en í kringum 25 iðkendur eru í hópnum.

Á fundinum var kynnt 9 mánaða fjárhagsuppgjör sem sýnir mikinn viðsnúning frá árinu 2022 til hins betra.

Þrjár einstaklingar, þeir Arnar Þór Jónsson fráfarandi formaður knattspyrnudeildar Fylkis, Hrafnkell Helgason, fráfarandi formaður meistaraflokksráðs karla og Þorvaldur Árnason, meistaraflokksráði karla, voru heiðraðir sérstaklega í lok fundarins. Viðkomandi hafa allir starfað lengi fyrir Fylki og gáfu ekki kost á sér til áframhaldandi starfa að þessu sinni.



Þessir heiðursmenn voru heiðraðir sérstaklega en allir hafa þeir starfað lengi fyrir Fylki. Frá vinstri Þorvaldur Árnason, Arnar Þór Jónsson og Hrafnkell Helgason.



Nýkjörin stjórn knattspyrnudeildar Fylkis. Efri röð frá vinstri: Haraldur Úlfarsson, Ragnar Páll Bjarnason, formaður og Valur Ragnarsson. Neðri röð frá vinstri: Stefanía Guðjónsdóttir og Hjördís Jóhannesdóttir.

## Er hleðsla rafbíla hausverkur í húsfélaginu?

Við aðstoðum við að leysa málið með hagsmunum húsfélagsins að leiðarljósi

Hlutlaus úttekt og ráðgjöf fyrir húsfélög um fyrirkomulag rafbílahleðslu og framkvæmdaáætlun.

Útvegum og berum saman tilboð og aðstoðum við styrkjaumsóknir.

- » Þarf stærri heimtaug?
- » Er kerfið búið álagasstyringu?
- » Hvaða lausn hentar best?
- » Sjálfvirk greiðslu- og innheimtakerfi?



Útforarþjónusta  
í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN

## Frábær tilprif og skemmtun á Gleðistjörnumótinu

Knattspyrnudeild Fylkis og Gleðistjarnan sameinuðu krafta sína í októbermánuði og héldu knattspyrnumót fyrir 5.-7. flokk karla og kvenna.

Mótin heppnuðust frábærlega og mátti sjá góð tilprif hjá iðkendum sem eiga framtíðina svo sannarlega fyrir sér.

Tæplega 2500 krakkar tóku þátt í mótunum hjá okkur í Fylki og var svæðið iðandi af lífi, þrátt fyrir að veðrið hafi sett smá strík í reikninginn á einhverja dagana.

Fylkir og Gleðistjarnan þakka öllum sem komu að mótinu, iðkendum, foreldrum og auðvitað sjálfboðaliðum frábær störf.

Nú kemur smá pása í mótinu en að lokum verður það 8. flokkurinn sem mun mæta til leiks í janúar.



Knattspyrnukonur framtíðarinnar hjá Fylki.



# JÓLAPAKKAR

## FULLIR AF GÓÐGÆTI

SJÁÐU ÚRVALIÐ Á SÆLKERABÚÐIN.IS



JÓLAPAKKI N°6



JÓLAPAKKI N°3



JÓLAPAKKI N°4



LÚXUSPAKKI



GOURMETPAKKI



SÆLKERA  
- BÚÐIN -

Facebook Instagram SÆLKERABÚÐIN

BITRUHÁLSI 2 · KRINGLUNNI · GARÐABÆ

SKOÐAÐU GJAFAPAKKANA  
Á VEFVERSLUNINNI OKKAR

# Steinbítur með hnetum, hvítlauk, apríkósum og osti

- frábær réttur sem vert er að prófa

Við bjóðum að venju upp á gómsætan rétt frá Hafinu í Spönginni í uppskrift dagsins sem hér birtist. Við skorum á lesendur að prófa þessa forvitnilegu uppskrift.

Steinbítur með kasjúhnetum, hvítlauk, apríkósum og bræddum osti.

- Um 700 gr. Steinbítur eða annar góður hvítur fiskur.
- 50 gr. chili kryddaðar kasjúhnetur, gróft saxaðar.
- 1 sítróna.
- 100 gr. rifinn laktósafrír ostur
- Ca 8 apríkósur sem fengið hafa að liggja í vatni í ca. 30 mínútur, saxaðar.
- 2 hvítlauksrif, pressuð.
- 1 msk. Marokkóskt fiskikrydd frá



- Gæðin skipta máli -



Steinbíturinn frá Hafinu eru ótrúlega girnilegur og sannkallaður sælkeramatur.

Kryddhúsinu.

- 2 msk. fínhökkuð steinselja.
- Salt og pipar.
- Skvetta af ólífuolíu

Hitið ofninn í 190 gráður.

Skerið sítrónu í sneiðar. Skerið því næst Steinbítinn í hæfilega bita. Raðið sítrónusneiðunum í botninn á eldfast mót, leggið svo fiskbitana þar ofan á.

Saltið, piprið og hellið smá af góðri ólífuolíu yfir fiskinn. Hrærið saman í skál: kasjúhnetum, rifnum osti, söxuðum apríkósum, steinselju og press-uðu hvítlauksrifi og setjið yfir fiskinn.

Gott er að setja svolítið af ólífuolíu ofan á allt. Bakað í ca. 20 mínútur, bætið við 2 mínútum og hækkið hit-

ann upp í 200 gráður til að fá gylltan lit á ostinn í lokin.

Dásamlegur fiskréttur sem allir í fjölskyldunni elska.

Rétturinn er borinn fram með sítrónudressingu, grilluðum sætum kartöflubitum með parmesan hjúp og grænu fersku salati.

Verði ykkur að góðu!



**Íslensk  
Hönnun  
Frábær  
gjöf fyrir  
veiðimenn  
og konur**

**Gröfum nöfn  
veiðimanna á boxin  
Nánari upplýsingar  
á [www.Krafla.is](http://www.Krafla.is)  
(698-2844)**



# Vetrarstarf Fylkis



## FÓTBOLTI

Fylkir býður upp á æfingar og keppnir fyrir stelpur og stráka á aldrinum 3-19 ára.



## BLAK

Fylkir býður upp á blak í vetur fyrir krakka frá 8 ára aldri sem og fulloröna.



## HANDBOLTI

Fylkir býður upp á handbolta í vetur fyrir stráka og stelpur frá 5 ára aldri.



## KARATE

Fylkir býður upp á karate fyrir byrjendur og lengra komna á öllum aldri, allt frá minikarate fyrir 4-5 ára iðkendur upp í æfingar fyrir fulloröna.



## PARKOUR

Fylkir býður upp á parkour í vetur fyrir stráka og stelpur frá 6 ára aldri.



## ÍPRÓTTASKÓLI

Deildin verður með ungbarnafimi á fyrir börn 1 - 2 ára og íþróttaskóla fyrir 3 - 5 ára.



## ÁHALDA FIMLEIKAR

Fimleikadeildin býður upp á fimleikar fyrir lengra komna í áhaldafimleikum, byrjenda hópa í áhaldafimleikum fyrir 5 ára og eldri.



## HÓP FIMLEIKAR

Fimleikadeildin býður upp á Hópfimleika fyrir 8 - 12 ára og fimleika fyrir alla sem vilja hafa skemmtilegt.



## RAFÍPRÓTTIR

Fylkir býður upp á rafíþróttir í vetur fyrir stráka og stelpur á aldrinum 8 - 16 ára.



## ELDRI BORGARAR

Fylkir býður uppá fjölbreytta hreyfingu í vetur fyrir eldri borgara og hefst hún í september.



## KÖRFUBOLTI

Fylkir býður upp á körfubolta í vetur fyrir iðkendur fá aldrinum 6-17 ára bæði fyrir stráka og stelpur.



Frístundarstrætó gengur frá  
14-16 alla virka daga

**Skráning í starfið hefst 16.ágúst á heimasíðu félagsins!**

**Upplýsingar um æfingatöflur, æfingagjöld, þjálfara sem og nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu félagsins.**



Dagmar Guðjónsdóttir, Júlía Stankiewicz, Ísold Sigurðardóttir og Helena Lilja Jóhannsdóttir.

# Grikk eða gott?

Krakkar í Árbæjarhverfi fjölmenntu út á götur hverfisins þann 31. október og var bara einn tilgangur með uppátækinu, að hóta íbúum að gera þeim grikk ef þeir létu ekki gott af hendi.

Krakkarnir mættu vel þrúðbúnir á hrekkjavökuna og fór ljósmyndari

okkar, Katrín J. Björgvinsdóttir, með myndavélina í Norðlingarholt, Ártúns- holt, Selásinn og Árbæinn að taka

## Ljósmyndir

**Katrín J. Björgvinsdóttir**

myndir af krökkunum.

Íbúarnir klikkuðu ekki á sínu hlutverki og krakkarnir komu ekki að tónum kofunum og fengu meira en nóg af gotteríinu.

Var ekki að sjá annað en að allir hafi skemmt sér vel. Húsin voru mörg hver fagurlega skreytt og greinilegt að íbúar hafa lagt mikla vinnu í undirbúninginn.



Vinirnir Tómas og Ronja Líf Sveinsdóttir.



Vinkonurnar Þórunn Ragnarsdóttir og Eik Arnarsdóttir.



Páll Ingi Einarsson og Haraldur Björn Davíðsson.



Sir Alex og Rikki.



Agatha Georgsdóttir og Iza Sara.



Gabriela Rojecka, Wendy Iya og Janna Sophia.



Faridah Somo og Ryan Óskar.



Laufey Ólafsdóttir og Rebekka Ísild Baldursdóttir.



Anna Ástís Hallsdóttir og Sara Sofia Stark Kolbeinsdóttir.



Bjarki Þór Bogason og Magnús Berg Halldórsson.



Vinkonurnar Karítas Ósk Davíðsdóttir og Viktoría Mist Danielsdóttir.



Berglind Magnúsdóttir tók þetta alla leið á Hrekkjavökunni.



Systkinin Svandís Lilja Sveinsdóttir og Hlynur Smári Sveinsson.



Abel Manuel, Elísabet Dóra Jónsdóttir, Jóhanna Ósk Óskarsdóttir og Emetas Vítkus.



Systkinin Benedikt Þorri Karlsson, Þórdís Manda Karlsdóttir og Hólmfríður Lilja Helgadóttir.



Vinkonurnar Þorbjörg Ýr Karlsdóttir og Aríana Irja Eiríksdóttir.



Guðbjörg Birta Ágústsdóttir, Líney Björg Pétursdóttir, Júlía Björk Sverrisdóttir og Katla Dís Guðmundsdóttir.



Bræðurinir Ævar Elf og Breki Einarssynir, Míla og Svandís María Hauksdóttir.



## Fréttir



Hjá Grænum skátum starfa 30 einstaklingar með skerta starfsgetu.

# Almenningur er mjög ánægður með þjónustuna

Grænir skátar reka móttökustöð fyrir flöskur og dósir í Hraunbæ en býður líka upp á þá þjónustu að setja upp ílát fyrir dósir og flöskur í fjölbýlishúsum, hjá félagasamtökum og fyrirtækjum sem skátarnir þjónusta.

„Fólk hefur verið tekið mjög vel í þjónustuna og þá sérstaklega húsfélaga- og fyrirtækjaþjónustuna nú upp á síðkastið segir Kristinn Ólafsson framkvæmdastjóri Grænna skáta. Töluverð fjölgun hefur verið á fjölbýlishúsum á höfuðborgarsvæðinu og eftirspurn eftir þjónustu aukist mikið,“ segir Kristinn, þegar hann er spurður út í viðtökur.

Finnst Kristni vitundarvakning hafa orðið í þessum málum á Íslandi? „Já almenningur vill vera ábyrgur þegar kemur að endurvinnslu,“ svarar hann. „Á móti þurfa lausnirnar auðvitað að vera vel aðlagðar að fólki,“ bendir hann á og segir Græna skáta leggja sig fram í þeim efnum.

Einfalt og þægilegt fyrirkomulag En út á hvað ganga lausnir Grænna skáta? „Í stuttu máli rekum við grændargáma og móttökustöð í

Hraunbæ sem er opin alla daga vikunnar en bjóðum líka upp á þá þjónustu að setja upp ílát fyrir dósir og flöskur í fjölbýlishúsum, hjá félagasamtökum og fyrirtækjum,“ útskýrir Kristinn. „Þegar ílátin eru full sækjum við þau. Svo einfalt er það.“

Hann segir marga gefa Grænum skátunum umbúðimar en þeir bjóði líka upp á að greiða út skilagjaldið. „Við greiðum að hámarki 12 krónur fyrir hverja einingu þegar að við sækjum til viðskiptavina, skilagjaldið er 20 krónur, svo við höldum eftir 8 krónum fyrir þjónustuna.“

Hann bendir á að almenningur geti líka komið í móttökustöð Endurvinnslunnar í Hraunbæ og fengið þar 20 kr. skilagjald greitt. Stöðin er afar vinsæl enda opin alla daga vikunnar frá kl. 9 á virkum dögum og kl. 12:00 um helgar.

**Stoltur af starfinu** Kristinn hefur unnið sem framkvæmdastjóri hjá Grænum skátum í sex ár og segir gefandi að taka þátt í starfinu. „Sérstaklega erum við stolt af þáttöku okkar í tengslum við verkefnið „Atvinna með stuðning,“ en hjá Grænum skátum

starfa 30 einstaklingar með skerta starfsgetu. „Við höfum verið með starfsmenn með skerta starfsgetu frá stofnun fyrirtækisins fyrir 30 árum enda frábært að veita þeim vinnu sem þurfa á stuðningi að halda.“

Hann bætir við að þetta sé megintilgangur Grænna skáta ásamt því að stuðla að aukinni umhverfisvitund meðal landsmanna og afla fjár fyrir Bandalags íslenskra skáta, sem standi að baki rekstri fyrirtækisins. Féð sem safnast renni síðan í uppeldis- og félagsstarf ungs fólks á vegum bandalagsins víðs vegar um landið.

Það er ekki annað að heyra en Kristni finnst gaman hvað Íslendingar hafa tekið taka framtakinu vel. „Já fólk er afar sátt við okkar þjónustu og finnst gott að vita að allur hagnaður fyrirtækisins fer í góðan málsstað,“ segir hann og tekur fram að allir geta nýtt sér þjónustuna.

„Algjörlega, við lögum okkur bara að þörfum hvers og eins,“ undirstrikar hann og hvetur áhugasama að kynna sér málið nánar á [www.dosir.is](http://www.dosir.is)



Móttökustöð Endurvinnslunnar í Hraunbæ er opin alla daga.

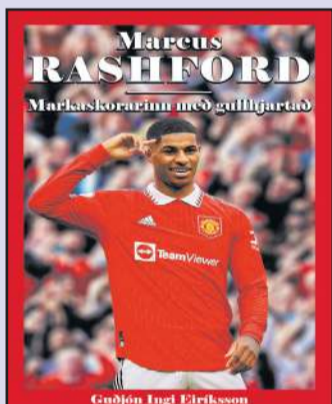
## MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

## Þessar verður þú að lesa!

### Marcus Rashford

Frábær bók um knattspyrnumann sem skorar mörk og lætur líka gott af sér leiða á ýmsa vegu.



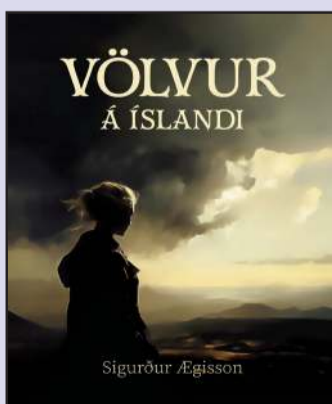
### Björn Pálsson

Magnaðar frásagnir af fyrsta sjúkraflugmanninum á Íslandi.



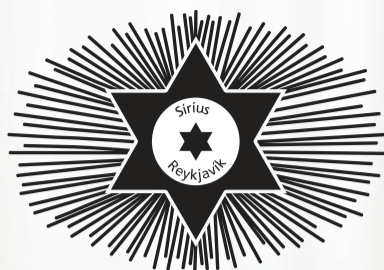
### Völvur á Íslandi

Á Íslandi eru til heimildir um á um sjöunda tug völvuleiða. Sumum þeirra fylgja hreint magnaðar sögur



## Bókaútgáfan Hólar

[holabok.is](http://holabok.is) / [holar@holabok.is](mailto:holar@holabok.is)



# SÍRÍUS SUBSÚKKULABI

*...sem Íslendingar hafa stölist í síðan 1933*



# Tók fréttina fram yfir börnin sín!

- kaflar úr bókinni „Í stríði og friði fréttamenskunnar“

eftir Sigmundur Erni Rúnarsson

Sigmundur Erni Rúnarsson er landsmönnum að góðu kunnur. Hann hefur nýverið sent frá sér bókina „Í stríði og friði fréttamenskunnar“ þar sem hann fer yfir farinn veg á viðburðaríkum ferli fjölmiðlamanns.

Hér fara á eftir kaflar úr bókinni:

Prettándi kafla – 2005

Þegar ég fór frá Stöð 2 á sínum tíma eftir að ár var liðið af nýrri öld – í skiptum fyrir örstutt ævintýri á DV – efndu starfsfélagar mínir og vinir á Krókhálsi til heljarinnar kveðjuveislus sem rennur mér seint úr minni.

Það var verið að þakka mér fyrir fimmtán ára samfelldu starf á bak við myndatökuvélarnar og ekki síður fyrir framan þær.

Gott ef ég táraðist ekki eins og ég á að mér á viðkvæmum stundum sem þessum, enda á ég að heita lýrskur sveimhugi að eðlisfari sem tekur tilfinningar fram yfir rökvísi.

Og það alla daga. Teitið var haldið í myndverinu inn af fréttastofunni, Lynghálsmegin í þéttri húsaþyrpingunni á þeirri torfu, sem stundum var kallað Óskastundarstúdíóið eftir að Edda vinkona mín Andrésdóttir vígði þau víðu og rismiklu salarkynni með einkar vinsælum og vikulegum sjónvarpsþáttum sem báru þetta viðkunnanlega heiti sem tengir saman þrjár og vonir mannsins.

Og mikið sem þetta var gaman. Það gat ekki verið annað. Það var alltaf

gaman á Stöð 2. Það er ein stærsta bankainneignin sem ég hef eignast á ævinni og vex enn og dafnar í minningunni á góðum vöxtum.

En það voru haldnar ræður. Annað hefði líklega aldrei komið til greina. Og gamansemin var sem fyrr í aðalhlutverki. Grá og svört. Flissað og hlegið. Og mér voru afhentar nokkrar myndbandsspólur í anda augnabliksins. Temað var James Bond, njósnari hennar hátignar. Fyrsta spólan sem ég tók við bar nafnið Never say never again.

Sú næsta hét You only live twice. Og loks kom sú þriðja, Diamonds are forever, sem varð til þess að ég fór endanlega að flóa tárur.

Skilaboðin voru skýr.

Hljója og eftirsjá. Ég fann að ég var að skilja við fjölskyldu, hina fjölskylduna mína, og það er alls ekki ónýtt að eiga þær tvær þegar svona er í pottinn búið.

\*\*\*

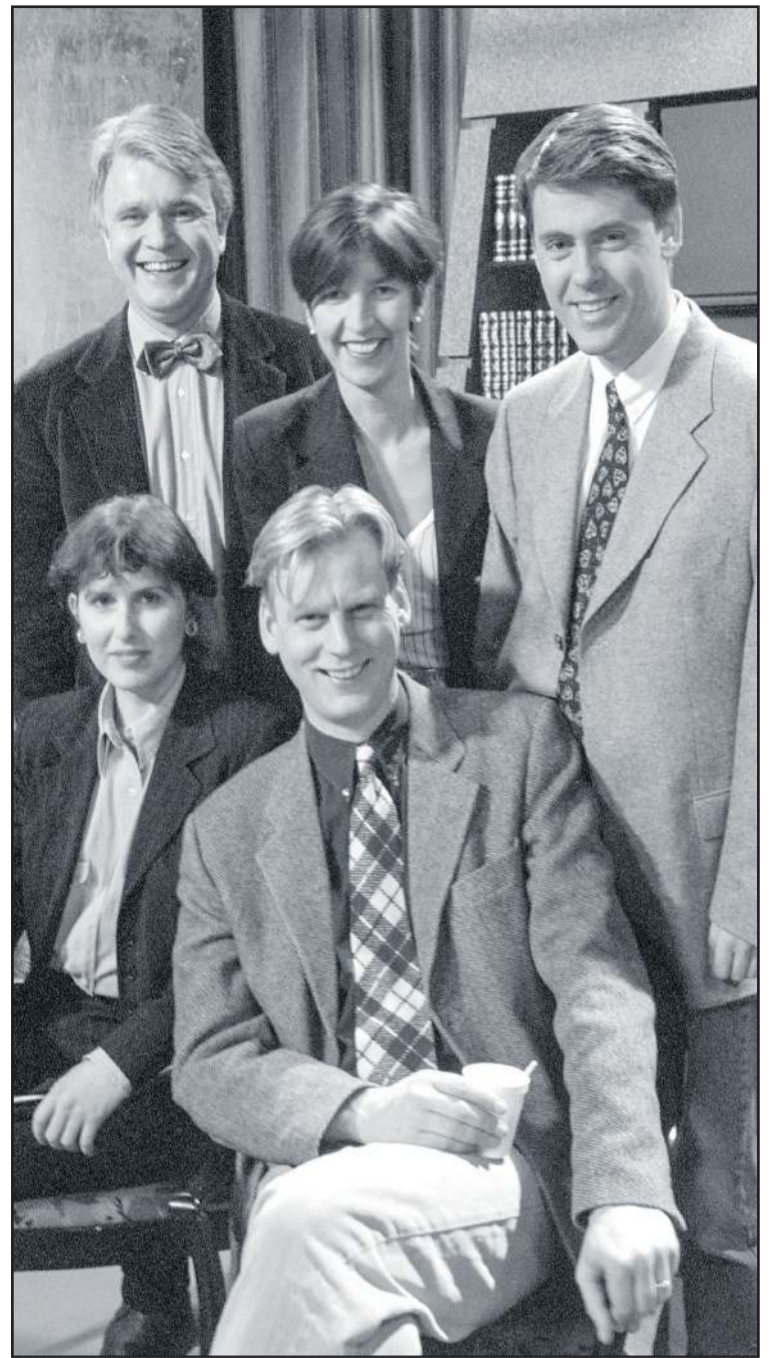
Þegar ég var svo ráðinn fréttastjóri Stöðvar 2, aðeins ári eftir að ég tók við fréttaristjórninni á Fréttablaðinu á því kolklikaða ári 2004, og ég gekk inn á gömlu fréttastofuna mína á Krókhálsi á nýjan leik, einmitt við hliðina á stúdíóinu sem kennt var við Óskastundina – og hýst hafði kveðjustundina fjórum árum fyrr, fann ég að gömlu árin mín á þessum ævintýralega vinnustað runnu upp fyrir mér eins og bímynd.

Ég mundi enn þá allar senurnar eins og þær hefðu gerst í gær.

Og þar blasti bæði við mér gamanmynd og spennu mynd, dramasería og surrealískar ræmur í anda Luis Bunuel, en frá fyrstu tímum



Kröftugt fréttalið á Stöð 2 að störfum.



Sigmundur Erni Rúnarsson ásamt samstarfsfólki á Stöð 2. Við hlið hans situr Elín Hirst og frá vinstri í efri röð eru Ólafur E. Friðriksson heitinn, Elín Sveinsdóttir eiginkona Sigmundar og Karl Gardarsson.

Stöðvar 2 var hún þetta allt – og raunar meira til, gott ef ekki fjölskyldufilma að hætti Ingmar Bergman, með slíkar fjöldasenu að maður hafði ekki undan að telja leikarana og tjöldin í kringum þá.

Pannig var Stöð 2, hugsaði ég þennan dag, þegar ég gekk þangað inn sem fréttastjóri eftir næstum tuttugu ára loftfílmleika hennar á ljósvakans frjálsu rásum.

Og því líkar endurminningar sem komu upp í hugann.

Hvað hafði ekki gerst í þessum húsakynnum allt frá miðjum níunda áratugnum?

Gott ef ekki allt.

\*\*\*

Kannski er símtal okkar Kristjánás Más Unnarssonar kollega míns á aldamótaárinu 2000 einhver skráttasta endurminningin – og um leið sú persónulegasta.

Það var nokkuð liðið á þjóðhátíðardaginn 17. júní. Mér hafði verið falið að vera með viðhafnaræðuna við serímoníu dagsins í Kvinnalundinum á Flúðum, en þá vorum við fjölskyldan fyrir löngu búin að gera okkur heimakomin á þessum gróðursælu völlum í uppsveitum Suðurlands, enda átt þar hlýlegan sumarústað í áratug.

Eftir samkomuna héldum við hjónin í golfskálann að Efra-Seli þar skammt frá til að kaupa ís handa krökkunum og kaffi og kleinur fyrir okkur sjálf. En við vorum ekki fyrr sest niður en skjálftinn reið yfir. Í fyrstu fannst mér eins og stóreflis steypubíl hefði verið keyrt á húsið – og ég mátti hafa mig allan við að missa ekki bollann úr höndunum. Enda fór allt á tjá og tundur í kring. Það hrundi hvaðeina sem fallið gat í eldhúsinu, ísskápur, bjórkælir, kökuhirsla og sjóðvélin sjálf. Og aumingja norska stúlkan sem stóð þar í miðju brakinu – og hafði komið til landsins í byrjun mánaðarins – spurði nokkuð felmtri slegin hvort þetta væri oft svona á Íslandi.

En það er ekki svo. Þetta var stórfrétt. Sjálfur Suðurlands-skjálftinn. Við höfðum beðið hans jafn lengi og við óttuðumst hann.

Og ég stekki í hendingskasti að fastfínusíma í salnum sem líka hafði fallið í gólfíð og hringi í fréttasímann hjá vaktstjóranum Kristjání Má á Stöð 2 og Bylgjunni. Við rjúfum útsendinguna um leið – og ég lýsi aðstaðum í þaula, en Litla-Laxá við hliðina á skálanum hafi lyft sér yfir túnin – og fellin í grennd hafi gengið í bylgjum. Hann hljóti að hafa verið yfir sex á Richter, segi ég við Kristján – og þá ríður fyrsti eftirskjálftinn yfir, litlu minni – og mér er sem snöggvast litlið út um gluggann og sé þá yngsta son minn, fjögurra ára, skonstrast um eins og skopparabolta á flötinni, með skelfingarsvip á vörum – og skammt þar undan reyna eldri systkini hans þrjú að skríða af veikum mætti í átt að húsinu, álíka skelkuð og sá yngsti.

Börnin eru frávíta af hræðslu. En ég er fastur í símanum. Ég er í beinni útsendingu. Ég má ekkert vera að því að bjarga krökkunum mínum – og reyni að ná augnsambandi við konuna á meðan ég romsa út úr mér lýsingunum á því sem fyrir augu ber, en hún grúfir andlitlið í greipum sér í stólnum og virðist hvergi geta hreyft sig.

Þetta er ekki björgulegt. Og enn síður stórmannlegt af mér. Allar götur síðan hef ég skammt mín fyrir að hafa tekið vinnustaðinn fram yfir veslings börnin mín á þessum líka ljóta þjóðhátíðardeg-inum.

En við skúbbuðum Ríkisútvarpið með tilþrífum þennan dag, sem var ekki meiri öryggisventill í lífi þjóðarinnar en svo að einhver nauðaómerkilegur kappleikur dóladi á dagskrá þess á meðan stærsti skjálfti í manna minnum reið yfir landið með hrikalegri eyðileggingu á byggingum og vegum.

Sá stóri sigur á keppinautum hefur alltaf mildað mórallinn.

## Þjónustuverkstæði Arctic Trucks

Fyrir allar stærðir og gerðir bíla



### Ókeypis vetrarskoðun

- Ástandsskoðun á bremsum, dekkjum, ljósabúnaði, þurrkum og rafgeymis
- Frostþol kælikerfis og rúðuvökva athugað, smurt í lamir og læsingar.

- Almennar bílaviðgerðir
- Bilanagreiningar
- Hraðþjónusta
- Smurþjónusta
- Bremsuviðgerðir
- Hjólstillingar
- Olíuskipti á sjálfskiptingum

Bókaðu tíma á [noona.is](http://noona.is) eða [www.arctictrucks.is](http://www.arctictrucks.is)

# Björn Pálsson - Fyrsti sjúkraflugmaðurinn

Út er komin hjá Bókautgáfunni Hólum stórmerk bók um fyrsta sjúkraflugmanninn á Íslandi, Björn Pálsson. Jóhannes Tómasson skráði.

Björn Pálsson var frumkvöðull í sjúkraflugi á Íslandi. Hann vann marga hetjudáðina og var kallaður „bjargvættur landsbyggðarinnar“ en hann var oft eina lífsvon sjúkra og slasaðra úti á landi. Hann fór í loftið þótt veðurútlitið væri allt annað en gott til flugs, svo ekki sé nú minnst á lendingarstaðina sem sumir voru varla meira en „lófastærð“. Þetta er vægast sagt einstök lesning um einstakan mann og ekki seinna vænna að halda minningu hans á lofti, en Björn lést í flugslysi fyrir 50 árum og var þá ekki sjálfur við stýrið.

## Heypokarnir komu sér vel

Að vetrarlagi var Björn Pálsson beðinn að sækja fullorðinn mann austur á Bakkafjörð. Á leiðinni þaðan var óskað eftir því að hann færi til Fáskrúðsfjarðar að sækja veika konu. Þegar þangað var komið var „vandinn að koma fyrir öðrum sjúklingi í þessari litlu vél,“ sagði Björn síðar. „Nú var komið með heypoka, hvern á fætur öðrum, og þeim hlaðið upp þangað til sjúklingarnir voru eiginlega komnir í axlarhæð á mér í vélinni, til þess að geta legið heldur frjálssari afturi. Og til Reykjavíkur komumst við.“

## Tveir farþegar í flugtaki – þrír í lendingu

Mánudaginn 11. september 1961 fæddist stúlkubarn á Íslandi sem er ekki endilega í frásögu færandi nema fyrir það að móðirin var í flugvél á leið á fæðingardeildina í Reykjavík þegar stúlkan kom í heiminn. Stúlkunni lá sem sagt á. Birni Pálssyni hafði þennan dag borist ósk frá Þorgeiri Jónssyni,

lækni á Þingeyri, um að hann sækti þangað konu í barnsnaud og flytti til Reykjavíkur. Læknirinn taldi vandamál með fylgjuna og rétt að hún kæmist til sérfræðinga til að fæða. Hann álti þó ekki líklegt að konan fæddi barnið á leiðinni og ákvað að fara ekki með.

Kristín Gunnarsdóttir og Guðmundur Sören Magnússon bjuggu á Brekku í Dýrafirði og áttu þau fyrir átta börn. Uppkomin börn þeirra urðu ellefu en eitt fæddist andvana. „Læknirinn taldi einhverja fyrirstöðu svo hann vildi að ég yrði flutt suður,“ segir Kristín í samtali við skrásetjara. „Við bjuggum á bænum Brekku í Dýrafirði, ekki langt frá Þingeyri, og ég var flutt með vörubíl á sjúkraskýlið. Þar ákvað læknirinn

að ég skyldi flutt suður og Björn Pálsson kom á sjúkraflugvél sinni.“

Í frétt Morgunblaðsins 14. september segir að stærri flugvél Björns, og er átt við Twin Bonanza-flugvélin TF-VOR, hafi verið að koma úr ársskoðun og farið beint í sjúkraflugið eftir reynsluflug. „Ég snaraðist niður á völlinn á Þingeyri um fimmleytið og var þá strax komið með konuna,“ er haft eftir Birni í fréttinni. Kristín segir að flugferðin hafi gengið vel en eftir þó nokkurt flug hafi þeim orðið ljóst að hún væri komin með fæðingarhríðir og Björn verið sannfærður um að barnið væri að fæðast. „Maðurinn minn tók á móti stúlkunni þarna í vélinni og það gekk þannig séð eðlilega fyrir sig. Við lentum svo í Reykjavík nokkru síðar. Maðurinn minn hafði



áður tekið á móti börnum okkar og var þetta í fjórða skiptið, við bjuggum afskekkt og ekki alltaf hægt að komast á spítala.“

Þegar stúlkan var fædd tilkynnti Björn flugturni í Reykjavík að farþegar væru nú einum fleiri um borð í vélinni og segir svo í frétt Morgunblaðsins: „Þeir svöruðu um hæl og sögðust óska viðkomandi til hamingju. Ég bað flugturninn um að hringja í fæðingardeildina og fá sjúkrabíl, lækni og ljósmóður út á völl. Síðan var gefið heldur betur benzín á leiðinni, og lent í Reykjavík rétt um klukkan sex. Á vellinum beið sjúkrabíll, læknir og ljósmóðir og eftir nokkrar mínútur voru móðir og dóttir komnar á fæðingardeildina og öllum heilsaðist vel,“ er haft eftir Birni. Í frétt í Vísí 13. september segir að læknir og hjúkrunarkona hafi verið á flugvellinum þegar Björn lenti. Hafi þau þegar farið inn í flugvélin og veitt konunni fæðing- arhjálp. „Að lítilli stundu liðinni, var konan tekin í sjúkrakörfu út úr flugvélinni, en komið var með reifabarnið á undan.“

## Þekkti svæðið á augabragði

Skúli Jón Sigurðarson, sem

starfaði lengi hjá Flugmálastjórn, sagði skrásetjara effirfarandi sögu um glöggskyggni Björns Pálssonar þegar þeir flugu eitt sinn til Vestfjarða.

„Mig minnir að það hafi verið sumarið 1970 að lítilli flugvél hlekkist í lendingu á Arngerðareyri við Ísafjörð inn af Ísafjarðardjúpi. Engin slys eða meiðsli urðu á mönnum en Flugmálastjórn sendi mig vestur til þess að skoða málið nánar. Það var úr að Björn Pálsson flygi með mig og við vorum aðeins tveir og fórum á Twin Bonanza-flugvél hans, TF-VOR.“

Veður var bjart og falletg. Í Reykjavík var léttskýjað, yfir Vesturlandi var létt skýjabreiða yfir norðanverðum Mýrunum, yfir Dölunum og inn á Holtavörðuhæðina en léttskýjað var á Vestfjörðum. Björn tók stefnuna beint í norður og falletgur Borgarfjörðurinn brosti við sólinni. Síðan var flogið yfir samfellda skýjabreiðuna og Dalirnir huldust skýjum, hvergi sást til jarðar. Bjart var fram undan og Vestfjarðafjöllin, böðuð sól, voru handan hennar. Einhvers staðar yfir Dölunum var allt í einu smáglompa í skýjabreiðunni þar sem sást til jarðar. Þetta var greinilega fjallshlið og nokkrir glitrandi lækir féllu niður hana. Þessi jarðsýn hvarf á augabragði, skýjabreiðan huldi aftur allt landið þarna.

Þá sagði Björn: „Þetta var sérstakt, þessir lækir koma ekki í fjallshliðina þarna fyrr en eftir miklar rigningar!“

Þannig þekkti hann svæðið á augabragði.“

Fjöldi mynda prýðir bókina, sem er fánleg í bókabúðum og eins hjá útgefanda í netfanginu: [holar@holabok.is](mailto:holar@holabok.is)



Björn Pálsson dælir eldsneyti á flugvél.



Borgarholtsskóli

## BLÓMSTRÆÐU Í BORGÓ INNTRITUN

Innritun fer fram 1. til 30. nóvember



AFREKSÍPRÓTTASVIÐ



BÍLÍNGREINAR



BÓKNÁM



MÁLMIÐNGREINAR



LISTNÁM



SÉRNÁMSBRAUT

Fylgstu með okkur

Borgarholtsskóli

Borgarholtsskóli

**bfo.is**  
Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf bfo@bfo.is

SMIDJUVEGI 22 (GRÆN GATA) · 200 KÓPAVOGI · SÍMI: 567 7360

# Árbæjarblaðið

Ritstjórn og auglýsingar

Sími 698-2844 / 699-1322

## Fréttir

Árbæjarblaðið

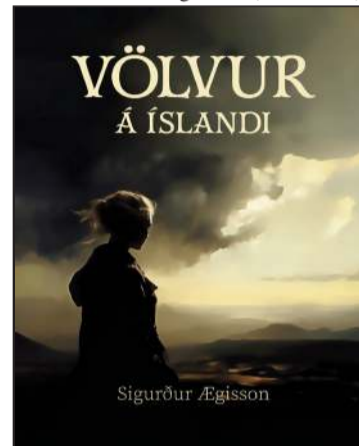
# Völvur - á Íslandi

Völvur á Íslandi er ein af þeim bókum sem Hólar gefa út fyrir þessi jöl. Hún er eftir Sigurð Ægisson, guðfræðing og þjóðfræðing, og er rúmlega 400 blaðsíður að stærð. Þar er m.a. fjallað um á sjöunda tug völvuleiða, sem finna má heimildir um víða um land. Hólmaháls er þar á meðal. Hér er brot úr þeim kafla:

Á Hólmahálsi, milli Eskifjarðar og Reyðarfjarðar, er þekktasta völvuleið landsins nú um stundir og hefur reyndar verið það nokkuð lengi, ekki síst vegna tiltölulegra gamalla og nákvæmra frásagna sem tengjast því. Fyrstan er þar að nefna Jón Árnason (1819–1888) þjóðsagnasafnara, en í 4. bindi Íslenskra þjóðsagna og ævintýra segir hann meðal annars og byggir þar á handriti Sigmundar M. Long (1841–1924), bóksala og fræðimanns: „Einu sinni var valva; hún var margkunnandi og fróð mjög. Ekki er getið um hvar hún hafi búið, en áður en hún dó það hún að grafa sig þar í Reyðarfirði, sem bezt sæist til hafs og kvað Reyðarfjörður mundi ei af ræningjum unninn meðan sæist til leiðis síns. Var hún svo grafin á tanga þeim er verður út af Hólmatindi og Hólmanes er kallað og skiptir aðalfirðinum í Reyðar-

Eskjufirði; það er hálegt og horfir sem bezt við hafi að orðið getur. Alfaravegur er yfir hálsinn og er leiðið rétt við hann; lítur það út sem græn hundapúfa. Einu sinni komu ræningjar hér við land og ætluðu þá inn á Reyðarfjörð; en er þeir kómu í fjarðarkjafntinn sýndist þeim allt til lands að sjá sem eldur brennandi og urðu frá að hverfa (það hefur máské verið 1627 er rænt var á Djúpvog og Vestmannaeyjum); og það eignuðu menn ummælum völvunnar.“

Ásmundur Helgason (1872–1948),



útvegsbóndi, fræðimaður og rithöfundur frá Bjargi í Reyðarfirði, segir meðal annars þetta í grein frá 1945: „Á fjallseggjunum er Snæfuglinn. Af kalli hans er víðsýni mikið, og allgott að klífa upp á hæstu brún hans. Gamlir bændur sögðu, að það yrði að vera 5 stiga hiti á R. í byggð til þess, að ekki snjóaði á Snæfugl. Niður af Snæfuglinum í Krossaneslandi, sem snýr að Reyðarfirðinum, er allangur hjalli, en ekki mjög breiður, í daglegu tali nú nefndur Valahjalli. Pabbi minn, sem var fæddur og alinn upp á Krossanesi, sagði mér, að sér hefði verið sagt, að hann hétu Völvuhjalli. Hann sagði mér eftirfarandi sögu um tilefni nafnsins. Á hjallanum er rennisléttur grasflötur allstór. Þar er tóttarbrot nefnt Völvutótt. Þarna átti valva ein að hafa átt heima endur fyrir löngu. Skammt þaðan er tær uppsprettulind. Annars virðist nú

ekki vera þar mjög búsaðarlegt. Þegar valvan fann burtfarartíma sinn úr heimi hér nálkast, það hún þess, að hinar jarðnesku leifar sínar yrðu jarðsettar á einhverjum þeim stað, þar sem bezt væri útsýni yfir Reyðarfjörð. Ef það væri gert, sagðist hún skyldi sjá svo fyrir, að svo lengi sem nokkur flís af beinum sínum væri óbrotin, gæti engum útlendum reyfurum tekizt að ræna fólk, fénaði, eða fjárumunum manna innan þess fjallahings, sem umlykur Reyðarfjörð. Þetta var gert og líkama hennar valinn legstaður við veginn á Hólmahálsi, milli Eskifjarðar og Reyðarfjarðar. Það eitt er víst, að hvergi í byggð sést betur yfir Reyðarfjörð en þar. Leiðið sést þar enn, grasi gróid við veginn og nefnist Völvuleiði. Þetta loford völvunnar hefur þótt endast vel, sérstaklega þegar Tyrkir komu hingað til lands og rændu fjárumunum og fólk og drápu marga menn á Austfjörðum nema á Reyðarfirði. Út af honum var svo sterkur norðvestan stormur, að skip þeirra og bátar, sem reyndu að ná þar landi, urðu frá að hverfa og hrakti til hafs. Þannig fóru þeir bónleiðir til búðar eftir margendurteknar tilraunir, sem þeir að sögn gerðu til að ná landgöngu við þennan stærsta fjörð á Austurlandi. Þá skal þess getið hér, sem satt er, að það var ofan við þennan hjalla, sem þýzka herflugvél rakst á klettabelti um vörnótt í maí 1941, og fimm menn fórust og vélin

mölbrotnaði. Hvort valva sáluga hefur villt sendimönnum Hitlers sýn í sendiför þeirra til Austfjarða, verður ekki dæmt um af mér.

Sú þjóðsaga fylgdi jörðinni Krossanesi, að þar mætti ekki halda brúkaupsveizlu, ef persónurmar hétu Guðrún og Jón. Ef það væri gert, hrapaði Múlinn (fjallið upp af bænum) ofan yfir bæinn. Árið 1878 voru hjónaefni á Krossanesi með þessum nöfnum, en vegna spádómsins þorðu þau ekki að gifta sig þar, heldur fengu að halda veizluna á öðrum bæ. Mér er saga þessi minnisstæð vegna þess, að ég var búinn að hlakka svo mikið til að fá að fara í veizluna, sem var mjög stutt frá, þar sem ég ólt upp. En þegar veizlustaðurinn var færður um tveggja klukkutíma ferð um vonda skriður, dofnaði veizluvonin, og ég fór að spyrja mömmu mína, hvers vegna veizlan væri ekki haldin á Krossanesi. Þá sagði hún mér spásöguna um völvuna.“

Sigurbjörn Snjólfsson (1895–1980) frá Svínafelli í Hjaltastaðapinghá, Norður-Múlasýslu, kvaðst í viðtali 25. janúar 1979 muna vel eftir því, að „gamlá sagan“ hefði rifjast

upp fyrir mörgum eystra í og eftir fyrri heimsstyrjöldina, 1914–1918, og margir trúad því, að áhrinsorð völvunnar hefðu komið í veg fyrir árás Miðveldanna á Austurland, enda „var eiginlega ekkert sem gerðist .... í þessum landshluta ....“

Guðrún Sigurðardóttir (1883–1971), fædd á Birnafelli í Norður-Múlasýslu en alin upp á Eskifirði, sagði frá því í viðtali 13. júlí 1965, að þegar hún og önnur börn á hennar reki voru að ganga til spuminga inni á Hólumum, til ferðingar, hafi þau alltaf stansað hjá völvuleiðinu og látið í þakklætisskyni fyrir vernd hennar í aldanna rás einhver smápening í holu sem var í því. Á þeim árum lá vegurinn frá Eskifirði til Reyðarfjarðar skammt austan við leiðið. Guðni Jónsson (1891–1974), af Fossárdal í Berufirði, trésmíðameistari á Eskifirði, kvaðst í viðtali 9. júní 1969 einu sinni hafa komið að völvuleiðinu og „lét eins og margir góðir menn“ smápening í holuna. „Og ég hugsa nú,“ bætti hann við, „að [gjafimar] hafi fengið að vera í friði, að það hafi verið það sterk trú á þessu, að það hafi ekki verið nokkur sem hafi látið sér detta í hug að fara að róta í leiðinu“ til að næla sér í þessa fjárumni.

Fram undir aldamótin 1900 áttu bæði Eskifirðingar og Reyðfirðingar sókn að Hólumum. Síðasta kirkja þar, byggð árið 1850, var þá orðin lúin, og árið 1899 var Hólmasókn skipt í tvennt og í framhaldi af því var Eskifjarðarkirkja byggð, árið 1900. Árið 1909 var jafnframt ákveðið að leggja niður kirkju á Hólumum og byggja nýja í hinu þá ört stækkandi þorpi á Búðareyri við Reyðarfjörð. Talið er að síðasta messa hafi verið sungin á hinum forna kirkjustað 4. sunnudag í föstu 1911. Síðurinn, að láta einhverja aura af hendi rakna til konunnar fornu lagðist þó ekki af, ekki heldur þótt akvegurinn væri síðar

færður í tvígang neðar í Hólmahálsinn og þar með í átt frá leiðinu. Eftir að menn hlóðu vörðu hjá eða yfir staðnum á árunum 1960–1970, voru peningarnir lagðir við rætur hennar, suðvestan megin. Hún var síðan endursköpuð í maí 1998, þegar hin eldri var farin að láta á sjá. Að því stóðu tveir kennarar á Eskifirði, Friðrik og Þórhallur Þorvaldssynir, og nemendur þeirra í 9. bekk grunnskólans þar.

Að auki hefur tíðkast, allt fram á 21. öld, þótt ekki fari það hátt, að fólk eigi gjarnan stund við leiðið og biðji þá völvuna um huggun og styrk í ýmskonar raunum, bæði fyrir sig og ástvinu.

Grænir  
skátar

## Endurvinnslumóttakan er opin alla daga hjá skátunum í Hraunbæ

Móttaka Endurvinnslunnar er opin alla daga vikunnar.  
Við tökum vel á móti þér.  
Grænir skátar styðja við ungmennastarf í samfélaginu.  
Munið eftir nýja endurvinnsluappinu

Greiddar eru 20 kr.  
fyrir eininguna



Opnunartíminn okkar er:

Vikrir dagar kl. 9-18  
Helgar kl. 12-16:30

Endurvinnslumóttakan Hraunbæ 123 . 110 Reykjavík





# Lesum um FUGLA

Lestur barna hefur löngum verið Árna Árnasyni, kennara til margra ára og fuglaljósmyndara, mjög hugleikinn og hefur hann í gegnum tíðina samið og skrifað fjölmargar bækur sem flestar eiga það sameiginlegt að höfða ekki síst til þeirra barna sem af einhverjum ástæðum glíma við lestrarerfiðleika, en spilla síður en svo fyrir hinum fluglæsu, enda er efnið yfirleitt áhugavert.

Nýlega sendi Árni frá sér bókina Lesum um fugla. Þar kynnir hann til leiks í stuttu máli og með vönduðum ljósmyndum um 70 tegundir algengra fugla. Við forvitnuðumst aðeins um þessa bók og hvernig megi nýta hana í þágu barna og þess vegna fjölskyldna.

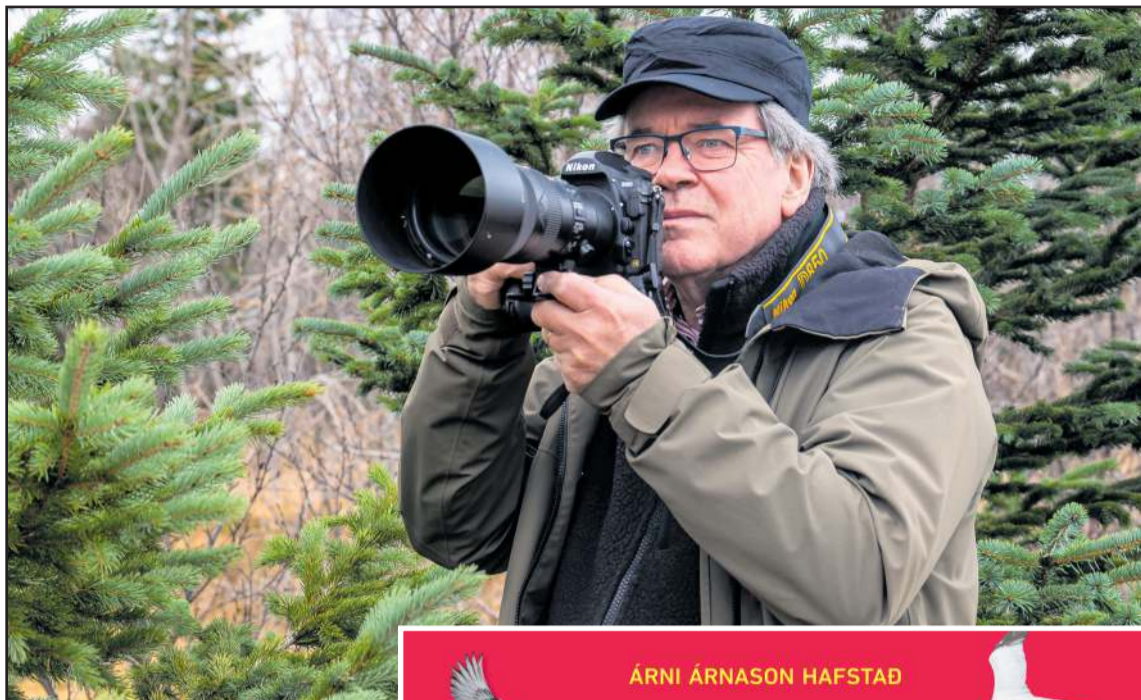
Hvað geturðu sagt okkur um þessa bók, Lesum um fugla?

„Jú, hún er hugsuð fyrir börn sem eru farin að lesa sér til gagns og

nýtist þeim og öllum öðrum sem hafa áhuga á að kynnast algengum fuglum í íslenskrí náttúru. Bókin er þannig upp byggð að fuglunum er raðað í stafrófsröð, sem gerir það að verkum að það er þægilegt að leita í henni, svo er lýsandi mynd af hverjum fugli fyrir sig og tvö til þrjú lykilorð um hvern þeirra, sem er svo svarað í stuttum texta þar á eftir.“

En hvernig geta foreldrar komið að bókinni og stutt við lestur barna sinna?

„Það geta þeir gert með ýmsu móti. Þeir geta auðvitað hjálpað þeim við að lesa textann og rætt um þau atriði sem þar eru nefnd, svo sem hvað það merki hjá álftrinni „að vera í sárum“, eða þá að hrafninn „sé alæta“. Svo er hægt að lesa í myndirnar og ræða um þær, en allt þetta – lestur, spjall um textann og myndirnar – hjálpar börnum að auka við orðaforða sinn og



Árni Árnason kennari og fuglaljósmyndari til margra ára.

lesskilning og bætir svo vitaskuld sjálfan lesturinn hjá viðkomandi barni. Ég hvet foreldra eindregið til að sitja með börnum sínum þegar þegar þessi bók er lesin, nú eða ef aðrar bækur eru hafðar um hönd, og sýna því áhuga sem þau eru að lesa og/eða skoða. Það er sannkölluð gæðastund og skilar sér svo sannarlega þegar að fram líða stundir.“



## MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

VISSIR ÞÚ?

**AÐ KEILA ER  
LEIKIN AF  
120.000.000  
MANNS Í YFIR  
90 LÖNDUM.**

**KÍKTU Í KEILU, PÍLU, KAREOKE,  
PIZZU, DRYKK, BOLTA OG FJÖR.**

ÞÚ GETUR BÓKAÐ BRAUT Á  
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

Keiluhöllin  
EÐILSHÖLL

## KOMDU Í FMOS

# FMOS

Val þeirra sem hugsa sjálfstætt  
um eigin framtíð

Hugur

Heilsa

Hamingja

Fjölbreytni  
& framtíð



## VIÐ ERUM AÐ INNRIITA

Framhaldsskólabraut  
Félags- og hugvísindabraut  
Náttúruvísindabraut  
Sérnámsbraut  
Opin stúdentsbraut;  
- almennt kjörsvið - hestakjörsvið  
- íþrótt- og lýðheilsukjörsvið



NÁNARI UPPLÝSINGAR  
& INNRIÐUN

Framhaldsskólinn  
í Mosfellsbæ

## Félagsstarf fullorðinna

### Jólagleði

Laugardaginn 2. desember verður jólaveisla í  
**Félagsmiðstöðinni Hraunbæ 105.**

Borðhald hefst kl. 18:30.

Söngur og dans eftir matinn

Miðaverð er 7.500 kr. og fer skráning fram á skrifstofu,  
ath. greitt við skráningu.

*Skráningu lýkur föstudaginn 24. nóvember.*

#### Matseðill:

Heitt hangikjöt á beini og uppstúf

Laufabraud og smjör



Purusteik og villisveppasósa

Kartöflur, grænar baunir, rauðkál og rötargrænmeti



Ísterta í eftirrétt

*Boðið upp á jólaöl, gos og kaffi en söngvatnið má hafa meðferðis*



Félagsmiðstöðin

Hraunbæ 105

Sími 411-2730

## Gamla myndin

## Árbæjarblaðið



## Bikarmeistarar 2002

Bikarmeistarar Fylkis árið 2002 sjást hér keyra um Árbæjarhverfið með bikarinn við mikinn fögnuð viðstaddra. Í bikarúrslitaleiknum á Laugardalsvelli voru Framarar lagðir að velli 3-1 en mörk Fylkis skoruðu Valur Fannar Gíslason, Sverrir Sverrisson og Theodor Óskarsson en hjálfari liðsins var Aðalsteinn Víglundsson. KGG



Margir glæsilegir munir eru í boði í Skyndihappdrætti Líknarsjóðs Árbæjarsóknar.

## Skyndihappdrætti Líknarsjóðs

### Árbæjarsóknar 3. desember

Hvers þarfnast hver kirkjusöfnuður helst? Því er fljótvarað. Öflugra leikmanna, bæði konur og karla. Löngum hafa mjög öflugar konur haldið uppi starfi Árbæjarkirkju eða allt frá því að Kvenfélag og Líknarsjóður Kvenfélags Árbæjarsóknar var stofnað ekki löngu eftir að Árbæjarsöfnuður varð til.

Árið 1991 var í fyrsta sinn haldið skyndihappdrætti á Kirkjudegi

Árbæjarkirkju, fyrsta sunnudag í adventu og tókst það vel.

Skyndihappdrætti Líknarsjóðsins er í dag langstærsti vettvangur fjárflounar sjóðsins sem í ár ber upp á 3. desember.

Dagurinn hefst með Sunnudagskólanum kl. 11.00. Háttíðarguðsþjónusta er kl. 14:00 í Árbæjarkirkju. Vegna framkvæmda við kirkjuna verður Kvenfélagið með kökubasar í ár og einnig verður boðið upp á kaffi og

meðlæti og auðvitað glæsilega skyndihappdrætti Líknarsjóðs eftir sunnudagaskóla og Háttíðarguðsþjónustu. Afrakstur þess rennur til bágstaddra í sókninni okkar. Hvetjum við ykkur sem þetta lesið að líta við og njóta tónlistar og samveru á fyrsta sunnudegi adventunnar og styrkja gott málefni. Viljum við þakka öllum þeim einstaklingum og fyrirtækjum sem hafa styrkt Líknarsjóðinn rausnarlega í gegnum árin.



Þessar vinkonur í Árbæjarkirkju halda hér á glæsilegum gripum sem verður nóg af í Skyndihappdrætti Líknarsjóðs Árbæjarkirkju.

## MÚRBÚÐIN

Gott verð fyrir alla, alltaf!

### Útfararstofa Íslands

Reykjavík • Kópavogi • Garðabæ • Hafnarfirði

Sólarhringsvakt: ☎ 581 3300

Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað

✉ utforin@utforia.is 🌐 www.utforia.is



Sverrir Einarsson  
Útfararstjóri  
S: 896 8242



Jón G. Bjarnason  
Útfararstjóri  
S: 793 4455



Jóhanna  
Jiríkadóttir  
Umsjónsáttara



Guðerunna Ó. Jóhanna,  
Framkvæmdastjóri  
Umsjónsáttara  
S: 862 0537

ALÚD • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

# Fréttamolar frá kirkjustarfinu

## Helgihald í nóvember og desember 2023

### Helgihald í Árbæjarkirkju á aðventunni

Kirkjudagur Árbæjarsafnaðar.

**Fyrsti sunnudagur í adventu 3. desember**  
Sunnudagaskólinn kl. 11.00

Hátíðarguðsþjónusta kl. 14:00  
Líknarsjóðshappdrætti Kvenfélags Árbæjarsóknar

**Annan sunnudagur í adventu 10. desember**

Sunnudagaskólinn kl. 11.00

(Góðir gestir mæta á svæðið)

Aðventuhátíð safnaðarins kl. 19.30 - 20.30

Fjölbreytt dagskrá í tali og tónum.

**Þriðji sunnudagur í adventu 17. desember kl. 11.00**

Jólin eru allstaðar / Jólasöngvar kórs

Árbæjarkirkju.

Nánari og ýtarlegri upplýsingar á

[www.arbaejarkirkja.is](http://www.arbaejarkirkja.is) dettur inn á næstu dögum.



Skoðið nánar á heimasíðu kirkjunnar [www.arbaejarkirkja.is](http://www.arbaejarkirkja.is)

# Dauðans alvara

## - eftir sr. Þór Hauksson sóknarprest í Árbæjarsókn

Að vera gleymd eða gleymdur er tilfinning sem enginn vill burðast með. Mannsálin er undarlegt fyrirbrigði. Hún getur geymt inni í sér heilu fjöllin, firði og hafdjúp, heiðloftin blá og himingeiminn allan. Öll reynsla mannsins rúmast þar inni, góðar minningar og fagrar, en líka þær sem vekja upp vondar tilfinningar og sárar. Allt rúmast það í sál mannsins og getur haft áhrif á heilsu og líðan.

Við lifum á tímum er tíðkast mjög að ögra öllum gildum. Við viljum vera frjáls, frjáls frá öllu. Frelshugtakið er oft dálítið misskilið því frelsi er frelsi til hinna góðu gilda og verka en ekki frá þeim. Mannlífið hér á landi hefur breyst mjög á liðnum áratugum vegna ytri áhrifa. Stærstu áhrifavaldir í þeim efnunum eru líklega fjölmiðlar og velmegun almennt. Það þarf sterk bein til að þola góða daga, segir máltækið.

Í starfi mínu sem prestur hitti ég fyrir fólk á hæstu tindum gleði og hamingju og í dalverpri skugga sorgar og allt þar á milli. Börn nútímans hafa kynnst ljótleika heimsins í margfalt ríkari mæli í gegnum sjónvarp og tölvuleiki en hin öldruðu hafa gert á allri sinni löngu ævi. Og þá spyr maður sig: Hvað verður um þessa þjóð í öllu þessu flóði upplýsinga og innihaldslausrar skemmtunar sem getur orðið svo yfirþyrmandi að fólk veit ekki lengur hvaðan það kemur eða hvert för er heitið? Þegar börn samtímans verða orðin fullorðin og sest í ráðherrastóla og taka ákvarðanir um heill og hamingju fólks, um sjúka og aldrada, um skiptingu gagna og gæða, um

stríð og frið, hvaða viðmið munu þau þá hafa, hvaða lífsgrundvöll, hvaða gildi?

Segjum eins og einn ágætur maður sagði um árið:

Tölum aðeins um syndina. Það brakar nánast í heilanum á fólk þegar syndina ber á góma. Og það sem meira er, okkur er svo tamt að líta á syndina sem einstök verk, einstakar gjörðir eða yfirsjónir. En í raun er syndin ástand að biblíulegum skilningi, brotalöm í lífi allra manna sem síðan kemur fram í misgjörðum og því að okkur tekst ekki að lifa sem skyldi, tekst ekki að vera í fullkomnu jafnvægi við Guð og menn og okkur sjálf. Og þegar þetta ójafnvægi eða mein í sálinni nær yfirhöndinni getur það jafnvel leitt til líkamlegs sjúkleika. En hér þarf að fara varlega og reka varnagla því engin sérstök skýring er til á mörgum sjúkdómum manna og engum um þá að kenna nema því einu að líkami okkar hrörnar og deyr að lokum.

Oft er spurt: Hvar eru þau sem horfin eru á undan okkur úr þessu lífi? Og svarið er þetta: Þau eru gleymd í huga okkar sem munum þau.

Þau lifa í minningunum.

En þá liggur beint við að spyrja:



sr. Þór Hauksson.

Hvað verður þá um þau þegar allir sem þau þekktu eru horfnir? Hver man okkur eftir 500 ár? Hver man okkur þegar allir sem eiga um okkur minningar eru líka horfnir? Guð man þau og hann man okkur og það sem er til í huga Guðs lifir að eilífu og það sem Guð gleymir er horfið að eilífu. Í þessu liggur gæfa okkar og gleði að við erum aldrei gleymd.

Þór Hauksson

VISSIR ÞÚ?

**AÐ KEILAN Á  
UPPRUNA SINN  
3200 FYRIR KRIST.**

ÞÚ GETUR BÓKAD BRAUT Á  
KEILUHOLLIN.IS OG Í SÍMA 5 11 53 00

Keiluhöllin  
EGILSHÖLL

### Vinstri spássía **Jólafundur** **Kvenfélags Árbæjarkirkju**

verður haldinn mánudaginn 4. desember kl. 18  
í Safnaðarheimili Árbæjarkirkju

Jólahlaðborð frá H Veiðingar

Pakka - Lukkuhjót

Hugvekja

Bókaupplestur

Söngur og undirspil

Glens og gaman



Verð fyrir jólahlaðborð er 6500 kr

Allir koma með pakka

Skráning á [kvenfelagarb@gmail.com](mailto:kvenfelagarb@gmail.com)

Sjórn  
Kvenfélags Árbæjarsóknar





Bókaðu tíma á netinu

# Stærsta verkstæði landsins er í næsta nágrenni

Nesdekk Breiðhöfða 13.  
Eitt fullkornasta hjólbarðaverkstæði landsins.



Toyo GSI-6

Toyo Ice Freezer

Toyo G3S - ICE



Harðskeljadekk



Harðskeljadekk



Harðskeljadekk



## Bókaðu tíma og skoðaðu dekkjúrvalið á nesdekk.is

